

Café Moca

Sirve: 2 porciones

Dele vida a esta bebida caliente agregándole crema batida descremada y canela.

Ingredientes

1/3 taza leche (sin grasa en polvo)

1 taza agua

1 taza café (filtrado)

4 cucharadas mezcla para chocolate caliente

crema batida descremada lista para usar (opcional)

canela (opcional)

Preparación

1. Caliente la leche sin grasa en polvo preparada con agua en una cacerola hasta que esté tibia. No la hierva.
2. Agregue el café y la mezcla para chocolate caliente. Revuelva bien y caliente hasta la temperatura deseada.
3. Divida la mezcla de café en dos tazas. Cubra con crema batida descremada y canela, si lo desea.

Notas

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	130
Grasa total	1 g
Grasa saturada	0 g
Colesterol	2 mg
Sodio	67 mg
Total de Carbohidrato	26 g
Fibra dietética	1 g
Azúcares totales	24 g
Azúcares Añadidas incluidas	17 g
Proteínas	5 g
Vitamina D	40 IU
Calcio	190 mg
Hierro	0 mg
Potasio	354 mg

N/A - Información no está disponible

MiPlato Grupos de Alimentos

Lácteo 1 1/2 tazas

O reemplace la leche sin grasa en polvo con agua por 1
taza de leche sin grasa.

United States Department of Agriculture, USDA'S Collection of Nonfat Dry Milk (NDM) Recipes